



ZIJNSKRACHT



Workshop Zijnskracht

Vanuit je kracht tot bloei komen

## **Wat is Zijnskracht?**

Zijnskracht is leven vanuit je oorspronkelijkheid waarin vertrouwen, kracht, liefde en veiligheid in jezelf centraal staan. Het is volledig leven vanuit je natuurlijke flow. Je voelt dat je werkelijk leeft waarbij je alles met open armen tegemoet kan treden, omdat je je krachtig voelt in jezelf. Je belichaamt je lichaam, met name je buikcentrum, waar je natuurlijke kracht zich bevindt. Je bent zo aanwezig dat je optimaal in het nu-moment leeft.

*“Zijnskracht is het wezenlijke geboorterecht dat je je weer mag herinneren, om te schitteren als een bloem die haar geur afgeeft”.*

- Wil je je oorspronkelijkheid herinneren en leven?
- Wil je veiligheid in jezelf ervaren?
- Wil je vertrouwen voelen?
- Wil je liefde voelen en zijn?
- Wil je uiting geven aan wat er innerlijk leeft?
- Wil je ‘echt’ zijn en voelen wat dat betekent?
- Wil je voluit leven?
- Wil je voelen wat het is om NU te leven?
- Wil je vanuit passie leven?

Heb je zelfreflectie gedaan of ben je een spirituele zoeker en ben je toe aan de laatste (volgende) stap om je oorspronkelijkheid te gaan leven?

Voel je dat aan jezelf werken niet afdoende is, omdat je vanbinnen voelt dat je al “goed” bent?

Heb je de moed om te gaan staan voor wie je in wezen bent?

Ben je evenwichtig maar mis je nog net het laatste zetje om je werkelijk in je kracht te zetten?

Wil je zichtbaar worden als de bloem, als de boom, als elk natuurlijk levend wezen?

Voel je, dat leven vanuit je natuur klopt?

Wil je je “innerlijk” kind weer laten spelen?

Wil je ervaren hoe het is om emotioneel krachtig te zijn?

Als je hierboven JA hebt gevoeld, dan is deze workshop iets voor jou.

Deze workshop is de laatste stap om werkelijk in je Zijnskracht te staan.

## Wat kan je verwachten?

Het is een **tweedaagse workshop** waarbij theorie, beeld, geluid, oefeningen en ervaren centraal staan.

Het is een opbouw naar transformatie bestaande uit:

- Herkennen
- Erkennen
- Ontdekken
- Transformatie

Door het zichtbaar maken van je oorspronkelijkheid en te herkennen/erkennen, kan er pas transformatie plaats vinden waarbij ontdekken d.m.v. beweging, oefening, samenspel en huiswerk, het proces in gang brengt.

*“Zonder inzicht en ervaring geen transformatie”*

- Aandacht aan Zijnskracht en alles wat hiermee te maken heeft is de essentie.
- Voelen hoe het is om vanuit je kracht emoties te ervaren ipv overgeleverd zijn wat er gebeurt.
- Voelen dat emoties veilig zijn in je Zijnskracht i.p.v. controle te willen houden omdat je niet je basis veiligheid ervaart.
- Voelen dat je NU leeft en niet op zoek hoeft naar fijne geluksmomentjes of andere verlangens omdat je NU voelt dat alles in jou is.
- Emoties worden zichtbaar in aanwezig zijn van je Zijns-kracht, dat is vrijheid.
- Voelen dat je niet naar elk nieuw moment hoeft te leven om 'daar' je goed te voelen. In jou is alles!
- Voelen dat ongemak en 'triggers' bij het leven horen en er niet voor hoeft weg te lopen.
- Voelen dat vrijheid je geboorterecht is en niet buiten jou.

*“Voelen dat je liefde bent,  
elk moment”*

Het gaat voorbij alle processen om tot Zijnskracht te komen, je bent al heel, alleen ben je de realisatie in het leven kwijtgeraakt door allerlei omstandigheden.

Het (her)ontdekken d.m.v. theorie, beeld, geluid en oefeningen brengt je meer en meer thuis in je eigen huis.

## **Wat gebeurt er als je eenmaal thuis gekomen in Zijnskracht?**

- Het leven gaat je makkelijker af, je ervaart 'flow', je komt in de stroming van magisch leven.
- Je voelt dat je onvoorwaardelijke liefde bent, verbonden met het leven, omdat je eenheid ervaart.
- Je ervaart rust, kracht, vreugde en vrijheid.
- Je voelt meesterschap over je leven vanuit kracht.
- Je ervaart moed, omdat je je veilig voelt in je Zijnskracht.
- Je drukt je uit in je wensen en realiseert dit vanuit Zijnskracht.
- Emoties zijn veilig en druk je uit, omdat je het nu kan dragen in Zijnskracht.
- Je hoeft niet meer te werken aan jezelf, omdat alles zich in jou ontvouwt.
- Je beweegt je leven vanuit Zijnskracht in taal, emotie en oorspronkelijkheid, zoals je bedoeld bent te Zijn.

*"Zijnskracht leven, is het onbekende tegemoet treden in vertrouwen,  
dat is magisch"*

## **Wat wordt er van jou verwacht?**

- Een open houding.
- Inzet van de oefeningen.
- Verkregen huiswerk doen.

Doe je mee?

Workshop: Zijnskracht – Vanuit je kracht tot bloei komen.

Tijd: 10:00-16.30 uur.

Kosten: Totaal 275,00 euro.

Aantal plaatsen: Max. 10 personen.

Locatie:

Instituut EszenzZ

Dorpsstraat 84-86

1693 AH Wervershoof

Tel: 0228 23 50 23

Kom je van ver en wil je in ons gastenverblijf overnachten?

Informeer naar de mogelijkheden!